Abdimas Altruis: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat
e-ISSN 2620-5513, p-ISSN 2620-5505, Vol. 7, No. 2, Oktober 2024, hal. 77-83
http://e-journal.usd.ac.id/index.php/ABDIMAS
Universitas Sanata Dharma, Yogyakarta

DEMONSTRASI PEMBUATAN SUSU KACANG HIJAU SEBAGAI PENCEGAHAN *STUNTING* DI DESA NGAMPELREJO KECAMATAN JOMBANG KABUPATEN JEMBER

Harmawan Teguh Saputra[1], Risqi Pradana Aryanto[2], Shofiatus Zahro[3], Rehanuddin Aji Saputra[4], dan Siti Mursida[5]
[1]Jurusan Manajemen, Universitas PGRI Argopuro Jember
[2]Jurusan Teknik Informatika, Universitas Muhammadiyah Jember
[3]Jurusan Bimbingan dan Konseling, Universitas Islam Jember
[4]Jurusan Pendidikan Agama Islam, IAI Al Qodiri Jember
[5]Jurusan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas PGRI Argopuro Jember
*email penulis korespondensi: riskipradana221001@gmail.com
https://doi.org/10.24071/aa.v7i2.9365
diterima 31 Juli 2024; diterbitkan 17 Oktober 2024

Abstract

Stunting is a chronic nutritional problem that results in impaired growth in toddlers, which can have a negative impact on the child's physical and cognitive development. Jember Regency has a fairly high prevalence of stunting, including in Ngampelrejo Village. This community service program aims to educate mothers of kindergarten and PAUD students in Ngampelrejo Village about preventing stunting through a demonstration of making green bean milk, which is known to be rich in nutrients. This activity was carried out in three stages: socialization about stunting, socialization about the nutritional value and benefits of green beans, and practical training in making green bean milk. The methods used included lectures, interactive discussions, direct demonstrations, and active participant participation. The evaluation results showed that the participants had a good understanding of stunting and the benefits of green beans, with the average assessment scores were 8 and 9 respectively. In the skill of making green bean milk, participants showed adequate ability with a score of 8. The participants also showed high involvement in the discussion and considered the knowledge gained easy to apply at home, with an average score of 9. This program succeeded in increasing the understanding and skills of mothers in preventing stunting by processing green beans into nutritious milk. Thus, this training is expected to be an effective model to be implemented in other villages with similar problems, so that it can help reduce stunting rates and improve the quality of life of children in Jember Regency.

Keywords: demonstration, healthy drink, milk, mung beans, stunting

PENDAHULUAN

Stunting adalah kondisi gagal tumbuh pada anak balita (di bawah lima tahun) akibat kekurangan gizi kronis, infeksi berulang, dan stimulasi psikososial yang tidak memadai (Dermawan et al., 2022) *Stunting* memiliki dampak jangka panjang terhadap perkembangan fisik dan kognitif anak, yang pada akhirnya dapat mengurangi kualitas hidup dan produktivitas di masa dewasa(Widjayatri et al., 2020). Menurut data Survey Status Gizi Indonesia 2022, prevalensi *stunting* di Indonesia mencapai 21,6%, dan Kabupaten Jember merupakan salah satu daerah dengan angka *stunting* tertinggi di Jawa Timur yaitu 34.9% (Kemenkes RI 2022).

Desa Ngampelrejo, sebagai salah satu desa di Kabupaten Jember, tidak luput dari permasalahan *stunting* ini. Banyak faktor yang mempengaruhi tingginya angka stunting di desa ini, antara lain pengetahuan ibu – ibu tentang gizi masih rendah dan terdapat keterbatasan akses terhadap makanan bergizi, serta ibu-ibu di Desa Ngampelrejo memiliki kebiasaan pola makan yang kurang tepat (Rusliani et al., 2022). Oleh karena itu,

This work is licensed under CC BY-SA.
Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License

diperlukan suatu metode yang efektif dan berkelanjutan untuk menurunkan angka *stunting* di Desa Ngampelrejo.

Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah melalui pemberian susu kacang hijau. Kacang hijau merupakan sumber protein nabati yang kaya akan vitamin dan mineral, seperti vitamin A, B, C, E, serta mineral seperti zat besi, kalsium, dan fosfor (Suksesty et al., 2020). Susu kacang hijau dapat menjadi alternatif susu hewani yang lebih terjangkau dan mudah diolah oleh masyarakat desa. Dengan memberikan edukasi dan demonstrasi pembuatan susu kacang hijau kepada masyarakat Desa Ngampelrejo, diharapkan dapat memanfaatkan bahan lokal yang murah dan bergizi untuk mencegah *stunting* pada anak-anak.

Program demonstrasi pembuatan susu kacang hijau ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu-ibu di Desa Ngampelrejo dalam mengolah kacang hijau menjadi susu yang bergizi. Selain itu, program ini juga bertujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya asupan gizi yang seimbang bagi pertumbuhan dan perkembangan anak. Dengan adanya program ini, diharapkan angka *stunting* di Desa Ngampelrejo dapat menurun secara signifikan.

Penyelenggaraan program ini dilakukan oleh mahasiswa Kuliah Kerja Nyata (KKN) Kolaboratif Kabupaten Jember sebagai bagian dari pengabdian kepada masyarakat. Program ini merupakan wujud nyata dari peran mahasiswa dari berbagai kampus di kabupaten Jember dalam mendukung program pemerintah untuk menurunkan *stunting* di Indonesia khususnya di Kabupaten Jember. Melalui kegiatan ini, mahasiswa turut serta dalam upaya peningkatan kesejahteraan masyarakat desa. Program ini juga diharapkan dapat memberikan dampak positif dalam peningkatan kualitas hidup masyarakat Desa Ngampelrejo. Dengan meningkatnya pengetahuan dan keterampilan ibu-ibu dalam mengolah makanan bergizi, diharapkan pola makan keluarga menjadi lebih sehat dan seimbang. Hal ini akan berdampak positif terhadap kesehatan dan pertumbuhan anak-anak di desa Ngampelrejo.

Selain itu, program demonstrasi pembuatan susu kacang hijau ini juga diharapkan dapat mendorong partisipasi aktif masyarakat dalam upaya pencegahan stunting. Dengan melibatkan masyarakat secara langsung dalam kegiatan ini, diharapkan mereka memiliki rasa tanggung jawab dan komitmen yang lebih tinggi untuk menjaga kesehatan dan gizi anak-anak mereka.

Program demonstrasi pembuatan susu kacang hijau sebagai pencegahan stunting di Desa Ngampelrejo ini diharapkan dapat menjadi cara yang efektif dan dapat diterapkan di desa-desa lain yang dalam menghadapi masalah stunting. Dengan adanya program ini, diharapkan dapat tercipta generasi masa depan yang sehat, cerdas, dan produktif.

METODE PELAKSANAAN

Sosialisasi *stunting* dilakukan oleh mahasiswa KKN pada hari Rabu tanggal 31 Juli 2024, berlokasi di TK Nurul Hikmah. Program ini melibatkan mahasiswa KKN Kolaborasi Kabupaten Jember kelompok 121 dengan jumlah 15 mahasiswa. Metode pelaksanaan kegiatan meliputi sosialisasi tentang *stunting*, penyuluhan mengenai nilai gizi dan manfaat kacang hijau, pelatihan pembuatan susu kacang hijau, serta monitoring dan evaluasi. Keberhasilan program dianalisis menggunakan data yang dikumpulkan melalui kuesioner yang diberikan kepada peserta di awal dan akhir kegiatan.



Gambar 1. Alur pelaksanaan kegiatan

Menentukan Sasaran Utama

Sasaran utama dari program ini adalah ibu-ibu wali murid TK dan PAUD Nurul Hikmah di Desa Ngampelrejo. Pemilihan sasaran ini didasarkan pada peran penting ibu dalam menentukan pola makan dan gizi anak-anak mereka. Ibu-ibu wali murid TK dan PAUD Nurul Hikmah adalah kelompok yang sangat tepat karena

mereka memiliki anak-anak yang berada dalam usia rentan terhadap *stunting*. Sehingga, dengan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu-ibu, diharapkan dapat terjadi perbaikan gizi anak-anak yang secara langsung berdampak pada penurunan angka stunting.

Sosialisasi Tentang Stunting

Tahapan sosialisasi stunting merupakan langkah awal yang penting dalam program ini. Dalam pertemuan ini, peserta dijelaskan tentang apa itu *stunting*, penyebabnya, serta dampak jangka panjang yang dapat terjadi pada anak-anak yang mengalami *stunting*. Informasi ini disampaikan secara jelas dan rinci dengan menggunakan bahasa yang mudah dipahami oleh peserta, serta dilengkapi dengan contoh kasus nyata dan data statistik terkini mengenai *stunting* di Kabupaten Jember. Selain penyampaian materi, sosialisasi ini juga mencakup diskusi interaktif di mana ibu-ibu dapat mengajukan pertanyaan dan berbagi pengalaman terkait masalah gizi dan kesehatan anak-anak mereka.

Tahapan Persiapan

Tahapan persiapan program dimulai dengan pengumpulan data mengenai kondisi gizi dan angka stunting di Desa Ngampelrejo untuk memahami situasi dan kebutuhan masyarakat setempat. Setelah itu, dilakukan koordinasi dengan perangkat desa serta lembaga pendidikan TK dan PAUD Nurul Hikmah untuk menentukan waktu dan tempat pelaksanaan program. Tahap ini juga mencakup penyusunan materi edukasi dan demonstrasi pembuatan susu kacang hijau yang meliputi manfaat gizi kacang hijau dan langkah-langkah praktis pembuatannya. Selain itu, perlu dilakukan penyediaan bahan dan peralatan yang diperlukan untuk demonstrasi, seperti kacang hijau, alat memasak, dan bahan pendukung lainnya. Tim KKN juga menyiapkan strategi komunikasi yang efektif untuk mengajak dan melibatkan ibu-ibu wali murid TK dan PAUD agar berpartisipasi dalam program ini. Semua persiapan ini dilakukan dengan tujuan agar program berjalan lancar dan dapat mencapai hasil yang optimal dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu-ibu dalam mencegah stunting melalui pembuatan susu kacang hijau.

Tahapan Pelaksanaan

Tahapan pelaksanaan program dimulai dengan sosialisasi kepada ibu-ibu wali murid TK dan PAUD Nurul Hikmah di Desa Ngampelrejo. Pada tahap ini, dijelaskan tujuan dan manfaat dari program, serta mengajak para ibu untuk berpartisipasi aktif. Setelah sosialisasi, dilanjutkan dengan edukasi mengenai pentingnya gizi seimbang untuk pencegahan stunting, dengan fokus pada manfaat kacang hijau sebagai sumber nutrisi yang murah dan mudah didapat. Edukasi ini dilakukan melalui presentasi dan diskusi interaktif untuk memastikan ibu-ibu memahami materi yang disampaikan.

Tahap berikutnya adalah demonstrasi pembuatan susu kacang hijau. Mahasiswa KKN menunjukkan langkah-langkah mulai dari persiapan bahan, proses pembuatan, hingga penyajian susu kacang hijau. Demonstrasi ini dilakukan secara langsung di depan peserta, dengan penjelasan rinci setiap langkah agar mudah diikuti. Setelah demonstrasi, para ibu diberi kesempatan untuk mempraktikkan sendiri pembuatan susu kacang hijau dengan bimbingan dari tim pengabdi. Praktik mandiri ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan ibu-ibu dalam mengolah kacang hijau menjadi susu yang bergizi.

Tahapan Evaluasi

Tahapan evaluasi dimulai setelah demonstrasi dan praktik mandiri selesai. Pada tahap ini, diadakan sesi tanya jawab untuk mengukur pemahaman dan respons peserta terhadap materi yang telah disampaikan. Evaluasi dilakukan melalui kuesioner yang diberikan kepada ibu-ibu wali murid untuk mengetahui tingkat kepuasan dan sejauh mana pengetahuan mereka meningkat setelah mengikuti program. Selain itu, diadakan diskusi kelompok untuk menggali lebih dalam mengenai kendala yang dihadapi dan saran perbaikan dari peserta.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan sosialisasi dan pelatihan pencegahan *stunting* melalui demonstrasi susu kacang hijau berjalan dengan baik dan lancar. Program ini terbagi dalam tiga tahap utama, yakni edukasi *stunting*, edukasi nilai gizi dan manfaat kacang hijau, serta pelatihan pembuatan susu kacang hijau.

Tahap pertama yaitu kegiatan bertema sosialisasi *stunting* dilakukan dengan metode ceramah dan diskusi. Metode ini dipilih untuk menambah wawasan dan membantu peserta memahami penyebab *stunting* dan cara pencegahannya (Yuliani et al., 2024). Peserta diminta mengisi kuesioner sebelum dan sesudah sosialisasi untuk mengukur peningkatan pemahaman. Hasilnya menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada pengetahuan peserta tentang stunting. Sebagian besar peserta mengaku baru pertama kali menyadari pentingnya pola makan seimbang dan bagaimana *stunting* dapat dicegah dengan pola makan sehat. Kegiatan sosialisasi *stunting* bisa di lihat pada Gambar 2.



Gambar 2. Sosialisasi Stunting Kepada Wali Murid

Tahap kedua adalah mengedukasi masyarakat tentang nilai gizi dan manfaat kacang hijau. Kembali menggunakan metode ceramah dan diskusi, peserta dibekali informasi mengenai kandungan nutrisi pada Kacang Hijau yang merupakan sumber protein nabati yang kaya akan vitamin dan mineral, seperti vitamin A, B, C, E, serta mineral seperti zat besi, kalsium, dan fosfor (Wahdaningsih, 2024). Peserta juga diperlihatkan contoh nyata bagaimana kacang hijau dapat diubah menjadi makanan dan minuman bergizi dan lezat.

Tahap ketiga dilakukan pelatihan produksi susu kacang hijau dengan teknik demonstrasi dan partisipasi aktif. Sebelum demonstrasi, disiapkan juga bahan – bahan untuk membuat susu kacang hijau diantaranya biji

kacang hijau, susu bubuk full cream, gula, dan daun pandan. Bahan pembuatan susu kacang hijau bisa dilihat pada Gambar 3.



Gambar 3. Bahan Pembuatan Susu Kacang Hijau

Mahasiswa KKN memberikan demonstrasi langsung di hadapan para peserta, memperlihatkan langkah demi langkah proses pembuatan susu kacang hijau. Usai demonstrasi, beberapa peserta diminta turun tangan langsung dalam proses pembuatannya guna berlatih dan mendapatkan pengalaman langsung. Tujuannya adalah untuk membantu peserta mengingat dan menerapkan apa yang telah mereka pelajari. Demonstrasi pembuatan susu kacang hijau bisa dilihat pada Gambar 4.



Gambar 4. Demonstrasi Pembuatan Susu Kacang Hijau

Setelah produk minuman selesai dibuat, seluruh peserta diminta mencicipi hasil dari pembuatan susu kacang hijau. Setiap peserta berkesempatan mengutarakan pendapatnya mengenai cara pembuatan susu kacang hijau yang disajikan. Hasilnya, sekitar 85% peserta mengatakan pembuatan susu kacang hijau sangat mudah di lakukan dan memerlukan biaya yang rendah serta bisa mencegah *stunting*. Hasil dari produk susu kacang hijau dapat di lihat pada Gambar 5.



Gambar 5. Hasil Pembuatan Susu Kacang Hijau

Tahapan evaluasi dilakukan setelah pelaksanaan demonstrasi dan praktik mandiri. Evaluasi bertujuan untuk mengukur sejauh mana pemahaman peserta mengenai materi yang telah disampaikan, serta menilai kepuasan mereka terhadap program (Handayani & Larasati, 2023). Evaluasi dilakukan menggunakan kuesioner yang diberikan kepada ibu – ibu wali murid sebelum dan sesudah kegiatan sosialisasi untuk mengevaluasi perubahan pengetahuan dan pemahaman mereka tentang pencegahan *stunting*. Kuesioner ini mencakup pertanyaan tentang pengetahuan mereka mengenai *stunting*, pemahaman tentang manfaat kacang hijau, serta pengalaman mereka selama program. Selain kuesioner, diadakan juga sesi tanya jawab dan diskusi kelompok untuk menggali lebih dalam mengenai kendala yang dihadapi oleh peserta dan saran perbaikan dari mereka. Diskusi kelompok ini memberikan wawasan tambahan tentang tantangan yang dihadapi ibu-ibu dalam menerapkan pengetahuan yang diperoleh dan membantu tim pengabdi untuk merancang program yang lebih baik di masa depan. Skala nilai diberikan dari nilai 1 – 10 dimana nilai 1 hasil evaluasi peserta sangat rendah dengan hasil yang tidak memuaskan dan nilai 10 yaitu hasil evaluasi peserta sangat tinggi dengan hasil yang memuaskan. Hasil Evaluasi peserta dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Hasil evaluasi penilaian peserta

Aspek Evaluasi	Nilai	Keterangan
Pemahaman tentang stunting	8	Pengetahuan peserta cukup baik
Pemahaman tentang manfaat kacang hijau	9	Pengetahuan peserta sangat baik
Keterampilan dalam pembuatan susu kacang hijau	8	Keterampilan peserta cukup baik
Keterlibatan peserta dalam diskusi	8	Keterlibatan peserta aktif
Kemudahan dalam menerapkan pengetahuan	9	Pengetahuan mudah diterapkan di rumah

Berdasarkan Tabel 1, diperoleh hasil penilaian bahwa peserta pelatihan demonstrasi memiliki pemahaman yang baik tentang *stunting*, dengan nilai 8 yang menunjukkan pengetahuannya cukup baik. Mereka juga menunjukkan pemahaman sangat baik tentang manfaat kacang hijau dengan nilai 9. Dalam hal keterampilan dalam pembuatan susu kacang hijau, peserta dinilai cukup baik dengan nilai 8. Selain itu, peserta juga aktif dalam diskusi dengan nilai 8, menunjukkan keterlibatan yang baik dalam kegiatan pelatihan. Hasil penilaian juga menunjukkan bahwa pengetahuan yang diperoleh peserta mudah untuk diterapkan di rumah, dengan nilai 9. Sehingga, pelatihan demonstrasi ini dapat dianggap berhasil dalam meningkatkan pemahaman dan keterampilan peserta terkait dengan pencegahan *stunting* menggunakan susu kacang hijau di Desa Ngampelrejo, Kecamatan Jombang, Kabupaten Jember.

KESIMPULAN DAN SARAN

Dari serangkaian kegiatan sosialisasi dan pelatihan demonstrasi pembuatan susu kacang hijau di Desa Ngampelrejo, Kabupaten Jember, dapat disimpulkan bahwa program ini berhasil dalam meningkatkan pemahaman dan keterampilan ibu-ibu wali murid TK dan PAUD Nurul Hikmah mengenai pencegahan *stunting*. Peserta pelatihan menunjukkan peningkatan pemahaman yang baik tentang *stunting* dan pentingnya gizi seimbang untuk pertumbuhan anak. Penilaian yang dilakukan menunjukkan bahwa peserta memiliki pemahaman yang baik tentang *stunting*, dengan rata-rata nilai 8. Mereka juga memiliki pemahaman yang sangat baik tentang manfaat kacang hijau, yang terlihat dari nilai rata-rata 9.

Peserta juga menunjukkan hasil yang memuaskan. Kemampuan mereka dalam membuat susu kacang hijau dinilai cukup baik dengan nilai rata-rata 8. Hal ini menunjukkan bahwa metode demonstrasi dan partisipasi aktif yang digunakan dalam pelatihan efektif dalam mengajarkan keterampilan baru kepada peserta. Selain itu, keterlibatan aktif peserta dalam diskusi menunjukkan antusiasme yang tinggi dan kemauan untuk belajar, yang dinilai dengan rata-rata nilai 8. Selain itu, meskipun peserta menunjukkan pemahaman yang baik, pelatihan lanjutan mengenai variasi olahan kacang hijau dan makanan bergizi lainnya dapat dilakukan. Ini untuk memastikan bahwa pengetahuan dan keterampilan peserta terus berkembang dan lebih bervariasi dalam penyajian makanan bergizi.

DAFTAR REFERENSI

Dermawan, A., Mahanim, & Siregar, N. (2022). Upaya percepatan penurunan stunting di Kabupaten Asahan. *Jurnal Bangun Abdimas*, *1*(2), 98-104. https://doi.org/10.56854/ba.v1i2.124

Suksesty, C.E., Hikmah, & Afrilia, E.M. (2020). Efektifitas program pemberian makanan tambahan menggunakan kombinasi jus kacang hijau dan telur ayam rebus terhadap perubahan status gizi stunting di Kabupaten Pandeglang. *Jurnal IMJ: Indonesia Midwifery Journal*, *3*(2), 35-41. https://jurnal.umt.ac.id/index.php/imj/article/view/3869

Handayani, L., & Larasati, E.W. (2023). Pengabdian masyarakat melalui penyuluhan tentang deteksi dini stunting di Posyandu Melati Kecamatan Kebon Jeruk Jakarta. *ABDIKES : Jurnal Pengabdian Kesehatan*, *1*(2), 64–70. https://jurnal.unipasby.ac.id/index.php/abdikes/article/view/7954

Rusliani, N., Hidayani, W. R., & Sulistyoningsih, H. (2022). Literature review: Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian stunting pada balita. *Buletin Ilmu Kebidanan Dan Keperawatan*, *1*(1), 32–40. https://doi.org/10.56741/bikk.v1i01.39

Wahdaningsih, S. (2024). Edukasi makanan bergizi dan manfaat kacang hijau sebagai contoh makanan bergizi di SDN 09 Pontianak Timur. *SELAPARANG: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, *8*(1), 208-213. https://journal.ummat.ac.id/index.php/jpmb/article/view/21676

Widjayatri, R. D., Fitriani, Y., & Tristyanto, B. (2020). Sosialisasi pengaruh stunting terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini. *Murhum: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 1(2), 16–27. https://doi.org/10.37985/murhum.v1i2.11

Yuliani, W., Ulfha, M., Milasari, L. A., & Meliana, I. (2024). Edukasi pada kader posyandu dalam deteksi risiko stunting. *Communnity Development Journal: Jurnal pengabdian Masyarakat*, *5*(3), 4399–4405. https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/cdj/article/view/28492